

Unser

Projekt-Gedanke

Die Stadt Arnsberg bietet ihren Bürger*innen die Möglichkeit, das Gedächtnis zu trainieren.

Dieses Angebot richtet sich an alle Erwachsenen, die sich ihre geistigen Fähigkeiten erhalten möchten.

Das Besondere an diesem Kurs ist die heitere und spielerische Form der Übungen in angenehmer, stressfreier Atmosphäre.

Unser

Projekt-Angebot

dienstags,
von 10:00-11:30 Uhr,

mittwochs,
10:00-11:30 Uhr,

donnerstags,
von 10:00-11:30 Uhr,

im Bürgerzentrum Arnsberg,

Jeder Kurs umfasst 8 Termine für maximal 10-12 Teilnehmer.
Die Teilnahme ist **kostenlos**.

Eine **Anmeldung** ist jedoch **erforderlich** !

Bei uns ist

DENKEN

erwünscht!

Mitmachen und länger (weiter)denken!

Unsere Trainingsziele

- Aktivierung des Gehirns
- Verbesserung des Gedächtnisses
- Training der Konzentration und der Wortfindung
- Schärfung der Wahrnehmung
- Anregung der Fantasie und Kreativität
- Stärkung der Merkfähigkeit

Projektleitung mittwochs:

Eva Hoffmann

Projektleitung dienstags:

Ute Feldmeier

Projektleitung donnerstags:

Beate Koerdt

Ute Feldmeier

seniorTrainerin
Erfahrungswissen für Initiativen

Anmeldung:

Stadt Arnsberg

Engagementförderung |
Bürgerzentren
Clemens-August-Str. 118
59821 Arnsberg

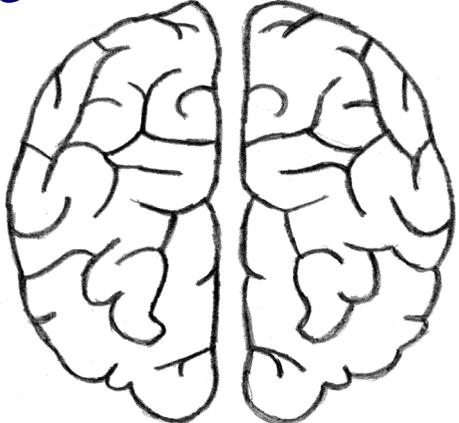
Isabel Bornemann

☎ 02932 201-1402

✉ efa@arnsberg.de



Ganzheitliches Gedächtnistraining



**Die Methoden des
Gedächtnistrainings
beinhalten die Einbeziehung
von Körper, Geist und Seele.**

Ein Projekt der

seniorTrainerin
Erfahrungswissen für Initiativen
Arnsberg